

Kính thưa Thầy và các Thầy Cô!

Chúng con xin phép chia sẻ một số nội dung chính mà chúng con ghi chép trong bài Thầy Vọng Tây giảng từ 4h50' đến 6h00', sáng thứ Bảy, ngày 16/12/2023

PHÁP SU' TỊNH KHÔNG GIA NGÔN LỤC

Phần 3 Chương 12

GIẢI ĐÁP PHẬT HỌC NGHI VẤN

BÀI 13: ĐẠO DƯỠNG SINH

Chúng ta có bệnh độc là do tâm của chúng ta không thanh tịnh, từ bi. Trong bài hôm qua, Hòa Thượng nói: **“Tâm thanh tịnh có thể đề kháng bệnh độc, tâm từ bi có thể hoá giải được bệnh độc”**. Hằng ngày, chúng ta chìm trong những bệnh độc là mê hoặc, vọng tưởng, phiền não, những bệnh độc này là căn gốc của mọi thứ bệnh nhưng chúng ta không chú tâm đến. Trên thân chúng ta có một vết thương nhỏ thì chúng ta cũng đã nhận ra, thí dụ chúng ta bị gai đâm thì chúng ta liền nhận ra. Bà Hứa Triết nói, mỗi lần chúng ta khởi tức giận thì ba ngày sau độc tố trong người chúng ta mới tiêu mất. Hằng ngày, chúng ta vẫn để mình nổi cơn giận vài lần, thậm chí vài chục lần. Đây là bệnh độc trong thân chúng ta nhưng chúng ta không quan tâm đến nó.

Hòa Thượng nói: **“Nếu chúng ta có thể buông xả những thứ bệnh độc này thì thân thể của chúng ta không cần bổ phẩm, cũng không cần khắc ý để bảo dưỡng, thân thể của chúng ta tự nhiên sẽ khoẻ mạnh”**. Hòa Thượng từng nói: **“Tôi chưa từng uống bổ phẩm hay nước uống có màu”**. Khi Hòa Thượng 80 tuổi, da của Ngài vẫn căng bóng, không có đồi mồi. Những bổ phẩm Ngài được tặng, Ngài đều đưa cho mọi người dùng. Xã hội hiện đại, con người càng có nhiều tiền thì họ càng sử dụng nhiều bổ phẩm.

Ông ngoại tôi, thân thể rất cường tráng, vạm vỡ, ông tự tại ra đi, không có bệnh khổ. Hằng ngày, ông ăn cơm chay với rau củ quả trong vườn, chấm bằng muối trắng, ớt. Ông chưa từng ăn thực phẩm chay đã qua chế biến. Thời kỳ đó, chiến tranh diễn ra rất khốc liệt Ông Bà ngoại tôi đã phải di dời qua 24 ngôi nhà khác nhau. Bà ngoại tôi cũng ăn chay trường, khuôn mặt Bà rất phúc hậu, cuộc sống khó khăn nhưng Bà luôn lạc quan. Đây là do tâm Ông Bà thanh tịnh, vô tư, không có mong cầu. Bà nội tôi cũng rất hiền, bà niệm Phật, ăn chay trường, Bà luôn mỉm cười, đời sống của bà giản dị, Bà không có bệnh khổ. Ngày tôi còn nhỏ, khi Bà nội tôi đi ăn chay, đi chùa thì đều dẫn tôi theo, tôi chưa từng nhìn thấy bà tức giận hay mắng ai. Hiện tại, tôi được tặng nhiều bổ phẩm nhưng tôi cũng không nhớ để uống, mọi người đừng nên mua những thứ này cho tôi!

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta thuận với tự nhiên thì thân thể của chúng ta tự sẽ khỏe mạnh, chúng ta khắc ý, mong cầu bảo dưỡng thân thể thì chúng ta đã làm trái**

với tự nhiên. Trong lịch sử đã có rất nhiều bậc Đế Vương, đại phú, trưởng giả dùng tâm lực để bảo dưỡng sắc thân của mình nhưng họ vẫn là thân đầy bệnh khổ, tuổi thọ rất ngắn. Nguyên nhân của việc này là do tâm lý của chúng ta không khỏe mạnh thì mọi thứ bảo dưỡng đều không có ích gì!”. Hòa Thượng cũng đã làm ra tấm gương cho chúng ta, cuộc sống của Ngài rất đơn giản. Hòa Thượng từng chia sẻ, mỗi bữa Ngài chỉ ăn rau xanh và một chén cháo. Ngài Lý Bình Nam ăn uống cũng rất đơn giản, mỗi bữa, Ngài thường dùng một chiếc nồi nhỏ nấu mỳ với rau.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta muốn thân tâm mạnh khỏe, tự tại, hạnh phúc thì chúng ta phải nghe lời giáo huấn của Phật, đó là chúng ta đoạn phiền não, chuyển đổi ý niệm hay chính là chuyển đổi quan niệm của chính mình”**. Những ý niệm **“tự tư tự lợi”**, ý niệm hơn thua, được mất rất độc hại với thân tâm của chúng ta. Thánh Hiền xưa đã dạy chúng ta: **“Nhất ẩm nhất trác mạc phi tiền định”**. Một bữa ăn, một ngụm nước đều do phước báu trong vận mạng đã tiền định. Chúng ta không cần có ý niệm mong cầu cho bản thân mà chúng ta chỉ cần hết lòng phục vụ chúng sanh, phục vụ xã hội là được. Tổ Ấn Quang đã dạy chúng ta: **“Đốn luân tận phận”**. Dứt hết trách nhiệm trong vai trò trách nhiệm của mình. Chúng ta phải làm tốt vai trò, trách nhiệm của mình, làm ra được tấm gương cho cộng đồng, cho xã hội. Chúng ta không làm gì mà chúng ta để mọi việc thuận theo vận mệnh thì chúng ta đã sai!

Tôi sinh ra trong một gia đình nông dân nghèo, Ba tôi phải làm việc rất vất vả, **“một nắng hai sương”**, một năm Ba tôi cấy được ba vụ lúa nên nhà tôi không bao giờ thiếu gạo, những nhà khác phải ăn cơm độn bo bo, khoai, sắn thì nhà tôi vẫn được ăn gạo trắng. Hằng ngày, Ba tôi đã phải đi làm từ 3 giờ sáng, khoảng 9 giờ tối Ba tôi mới trở về nhà. Tôi nhìn thấy sự lam lũ của Ba nên tôi học được đức tính này, tôi đã luôn nỗ lực để có thể thay đổi cuộc sống. Hiện tại, tôi **“tâm nghĩ sự thành”** vì tôi không nghĩ cho mình và cũng không nghĩ điều gì lớn lao. Chúng ta đã lắp đặt được một số lò đậu và vườn rau, tôi nghĩ đến việc cần có người làm, cần có đậu, cần có hạt giống, dinh dưỡng trồng rau thì những điều này tự có. Hiện tại, các chương trình chúng ta tổ chức đều diễn ra thuận lợi, chúng ta không cần kêu gọi vận động tài trợ.

Hòa Thượng thường nói: **“Chúng ta phải bỏ đi cách thấy, cách nhìn, cách làm của chính mình”**. Cách thấy, cách nhìn, cách làm của chúng ta đã bị ô nhiễm bởi những tập khí xấu ác từ nhiều đời, nhiều kiếp. Chúng ta phải vận dụng cách thấy, cách nhìn, cách làm của Thánh Hiền, của Phật. Tôi nghe lời dạy của Hòa Thượng và cố gắng làm theo nên mọi việc diễn ra ngày càng tốt, không hề có chướng ngại!

Hòa Thượng luôn nhắc chúng ta, quên đi chính mình để phục vụ mọi người, Ngài nói: **“Việc tốt cần làm nên làm không công, không đức”**. Người thế gian làm việc gì cũng đều cần cầu phước báu, may mắn, mọi người thường chỉ làm việc thiện vào những dịp đặc biệt như con sắp thi, vợ sắp sinh hay vào ngày sinh nhật. Chúng sanh không thể đợi chúng ta đến ngày đó! Nếu chúng ta khởi tâm thì chúng ta sẽ nhìn thấy rất nhiều

người đang đói khổ, rất nhiều người đang cần sự quan tâm của chúng ta. Ông Bà ta đã nói: “*Lá lành đùm lá rách. Lá rách ít đùm lá rách nhiều*”.

Ngày trước, khi tôi đi giảng ở tỉnh Sóc Trăng tại một ngôi làng có hàng ngàn người bị mù, tôi giảng đề tài: “*Tái tạo phước báu*”. Tôi hỏi mọi người: “*Hôm nay, khi mọi người nhận phiếu quà tặng, mọi người có khởi tâm chia sẻ với những người không được nhận không?*”. Nếu mọi người khởi được tâm đó thì họ sẽ không nghèo, khổ. Tâm của chúng ta “*tự tư tự lợi*”, tham cầu, bòn xén thì chúng ta không thể thay đổi được vận mạng. Ngày trước, có người hỏi tôi, nếu chúng ta làm đậu liên tục để tặng mọi người thì chúng ta có thể sẽ không có tiền để mua đậu. Tôi nói một cách mạnh mẽ là mọi người cứ làm đi rồi tôi sẽ đưa tiền để mua nguyên liệu. Hiện tại, chúng ta đã xây dựng được 12 cơ sở sản xuất đậu, những nơi này đều luôn có đủ nguyên liệu. Năm tới, ít nhất chúng ta sẽ xây dựng thêm hai vườn rau, tâm chúng ta dứt khoát, chúng ta mở rộng được tâm lượng thì việc chắc chắn sẽ thành.

Khi tôi bắt đầu tập đề chia sẻ với mọi người, những đề tài đầu tiên tôi đều hướng dẫn mọi người cách mở rộng, chuyển đổi tâm lượng. Trước đây chúng ta “*tự tư tự lợi*” thì bây giờ, chúng ta chỉ nghĩ đến người, quan tâm đến người. Sáng nay, trước khi lên lạy Phật, tôi nghĩ đến việc, hằng năm, tôi đều phát gạo vào ngày tết ở vùng đó, năm vừa rồi, tôi bận nên tôi không về đó phát gạo nhưng năm nay nhất định tôi làm. Khi tôi vừa thức dậy, việc đầu tiên tôi nghĩ đến đó là làm thế nào để mọi người có cơm no, áo ấm. Việc thứ hai tôi nghĩ đến là, năm vừa rồi, chúng ta đã gói bánh chưng, bánh tét để tặng khắp mọi miền Tổ quốc, năm nay, chúng ta cũng sẽ tiếp tục làm việc này. Mấy năm trước, các chú trong hệ thống của chúng ta cũng đã băng rừng, lội suối để mang bánh chưng đến tặng cho các chú bộ đội biên phòng. Tôi cũng nghĩ đến việc nhắc em trai gói bánh chưng để tặng hàng xóm.

Nếu buổi sáng dạy chúng ta mơ mơ hồ hồ thì chúng ta giống như Hòa Thượng Tuyên Hóa nói: “*Chúng ta mơ mơ, hồ hồ thì chúng ta nhất định đi về thế giới mơ mơ, hồ hồ*”. Chúng ta mơ hồ thì chúng ta sẽ về thế giới mơ hồ, chúng ta minh bạch thì chúng ta sẽ về thế giới minh bạch. Chúng ta phải minh bạch, tường tận từ sáng sớm đến khi chúng ta đi ngủ. Tôi thường nói với học trò: “*Tôi tỉnh táo từ sáng sớm cho đến tối, nếu tôi mất thì mắt tôi cũng sẽ mở một cách tỉnh táo!*”. Hằng ngày, buổi sáng chúng ta thường thức vào học trễ, vừa học chúng ta vừa buồn ngủ, trong ngày, chúng ta quên những việc cần phải làm. Đây là do tâm chúng ta phóng túng, bất an. Tâm chúng ta bất an nên chúng ta ngủ không ngon, chúng ta thức dậy không tỉnh táo, minh mẫn. Hằng ngày, chúng ta quán sát xem từ sáng đến chiều chúng ta có tỉnh tường, sáng suốt hay chúng ta mơ hồ?

Người thế gian hát: “*Tôi buồn mà không biết vì sao tôi buồn!*”. Đây là do người thế gian tràn đầy phiền não, vọng tưởng. Hằng ngày, tâm của chúng ta rộng mở, tỉnh táo thì đời sống của chúng ta sẽ phong phú. Những vọng tưởng này là vọng tưởng tốt.

Chúng ta thực hiện được vọng tưởng thì vọng tưởng đó sẽ trở thành nguyện vọng. Nếu chúng ta chỉ khởi vọng tưởng mà không thực hiện thì vọng tưởng đó sẽ mãi mãi là vọng tưởng. Hằng ngày, nếu chúng ta không khởi được ý tưởng thì chúng ta không thể thực hiện được những việc lợi ích chúng sanh.

Hòa Thượng nói: “***Trước tiên, chúng ta hiểu rõ đạo lý, sau đó, chúng ta hiểu được chân lý sự thật, hiểu được cách điều tâm, điều thân để thân tâm chúng ta được tự tại. Thân tâm của chúng ta tự tại thì công phu của chúng ta mới có lực, chúng ta mới có thể chân thật đạt đến pháp hỷ tràn đầy, lúc này, tất cả pháp thế gian và xuất thế gian diễn bày trước mắt chúng ta, chúng ta có thể chân thật buông xả***”. Chúng ta không nên dính mắc vào nghịch cảnh, chúng ta cũng không lưu lại thuận cảnh ở trong tâm. Chúng ta dùng tâm này niệm Phật, làm việc thiện thì chúng ta sẽ có công đức, công đức sẽ giúp chúng ta vượt thoát sinh tử.

Sáng nay, tôi nghĩ đến việc, chiều nay tôi sẽ đến thăm một gia đình, gia đình đó có một ông cụ mới đến chơi nên tôi sẽ dặn các chú cắt rau sớm để mang tặng họ vào buổi sáng. Tôi nghĩ rằng mọi người nhận được rau sớm để nấu rau vào bữa trưa thì rau sẽ ngon và tốt cho sức khỏe hơn. Đây là chúng ta mở rộng tâm lượng nghĩ cho người. Hòa Thượng từng nói, khi chúng ta đi phóng sanh, chúng ta phải quán sát xem chúng sanh có thể sống được ở môi trường sống đó không. Đây là chúng ta có tâm từ bi. Khi các đồ trong kho của chúng ta bị chuột cắn, tôi dặn các chú bịt kín các lỗ không để chuột vào được kho và để một bát thức ăn ở bên ngoài để chuột không bị đói.

Chúng ta làm “*vì ta*”, “*vì cái của ta*” thì đây chính là phiền não, bệnh độc, là căn gốc của mọi bệnh khổ. Tôi cảm thấy rất thương những người chỉ vì chút lợi nhỏ mà bán những thức ăn khiến người khác bị bệnh. Ngày nay, người trồng thường rau xịt rất nhiều thuốc tăng trưởng, hóa chất. Nếu người ăn rau đó mà bị bệnh thì họ sẽ phải trả tiền viện phí nhiều hơn rất nhiều so với lợi nhuận mà người bán thu được. Trên Kinh Phật nói đây là: “***Miễn sao thấy lợi thì làm chẳng màng tội lỗi!***”. Chúng ta không có phước báu thì chúng ta sống trong nghèo khổ, bức bách, chúng ta sống trong nghèo khổ thì chúng ta tiếp tục tạo nghiệp. Chúng ta vẫn thọ báo rồi tạo nghiệp, chúng ta tiếp tục tạo nghiệp thì quả báo đến liên tục, quả báo có thể khiến chúng ta bị bệnh, chồng con chúng ta cũng bị bệnh. Nhiều người cho rằng ông trời không có mắt, họ đã nghèo khổ còn bị nghèo khổ hơn nhưng đây là do họ chỉ khởi tâm, động niệm có lợi cho mình và hại người.

Trong “***Bát Chánh Đạo***” gồm có chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. Hiện tại, nếu nghề nghiệp của chúng ta không chính đáng thì chúng ta nên dừng lại ngay. Ngày trước, tôi có khuyên một người chuyên giết bò nên dừng việc sát sinh, nếu anh tiếp tục tạo nghiệp thì anh sẽ phải thọ báo. Con trai lớn của anh đã bị bệnh về não, con trai nhỏ cũng đã có những dấu hiệu cảnh báo về bệnh này. Nghề nghiệp của chúng ta phải chính đáng, đời

sống của chúng ta phải nghiêm túc, chuẩn mực, việc gì phù hợp với luật pháp quốc gia, phù hợp với phong tục tập quán thì chúng ta làm, việc có lợi cho người thì cho dù chúng ta không có lợi thì chúng ta vẫn làm.

Chúng ta biết rõ rằng: “**Nhất ẩm, nhất trúc, mạc phi tiền định**”. Tất cả mọi việc trong vòm trời này đều do nhân duyên, quả báo. Nhân duyên, quả báo không sai lệch một tơ hào. Chúng ta bỏ công sức ra mà chúng ta không nhận được bằng tiền thì chúng ta nhất định sẽ nhận bằng phước báu. Những thứ chúng ta nhận mà chúng ta không trả bằng tiền, bằng công sức thì chúng ta phải trả bằng phước báu trong chính sinh mệnh của mình. Khi phước báu trong sinh mệnh hết thì chúng ta sẽ “*te tua*”!

Nam Mô A Di Đà Phật

Chúng con xin tùy hỷ công đức của Thầy và tất cả các Thầy Cô!

Nội dung chúng con ghi chép lời giảng của Thầy có thể còn sai lầm và thiếu sót. Kính mong Thầy và các Thầy Cô lượng thứ, chỉ bảo và đóng góp ý kiến để tài liệu học tập mang lại lợi ích cho mọi người!